

Simpli-Cité

Été 2003
Volume 4, Numéro 2

Sommaire du numéro

- 2 *Courrier des lecteurs*
- 3 *Le troc*
- 4 *L'investissement responsable*
- 6 *Atelier sur l'argent*
- PLACE DES IDÉES :*
- 9 *Économie et simplicité
volontaire*
- 10 *L'argent ne fait pas le
bonheur*
- 11 *99 bonnes façons
d'économiser*
- 13 *Les petites nouvelles du RQSV*
- 15 *GSVQ : formation pour les
responsables régionaux et les
animateurs*
- 16 *Liste des groupes régionaux*
- 17 *Bon de commande de livres*
- 18 *Adhésion au RQSV et au
bulletin Simpli-Cité*

SIMPLICITÉ VOLONTAIRE ET ARGENT

EN BREF...

Julie Beauchemin (Montréal)

Peut-on éluder la problématique de l'argent dans un régime capitaliste? Cette question se prive de réponse tant elle relève de l'évidence! De la compulsion au rejet systématique, chaque individu entretient un rapport particulier à l'argent. De même, une grande part de la réflexion sur la simplicité volontaire est articulée autour de ces bouts de papier à valeur symbolique. La présente édition du *Simpli-Cité* a décidé de faire à son tour un petit survol de la question.

Certains lecteurs nous ont demandé d'intégrer un plus grand nombre d'articles pratiques au journal. Leur suggestion n'est pas tombée dans l'oreille d'un sourd! Cette édition d'été est particulièrement diversifiée. Atelier sur l'argent, liste de conseils pratiques, réflexions, informations sur l'investissement responsable, adresses utiles pour faire du troc : il y en a pour tous les goûts. Voilà encore un *Simpli-Cité* à laisser traîner au travail et, tant qu'à être tendancieux, pourquoi ne pas le laisser ouvert sur cette question – ô combien pertinente – tirée du résumé de l'atelier :

Avez-vous trop d'argent? ☞



Le bulletin *Simpli-Cité* est publié 3 ou 4 fois l'an par le Réseau Québécois pour la Simplicité Volontaire. Le RQSV laisse aux auteurs l'entière responsabilité de leurs textes. La reproduction des textes est encouragée à condition d'en mentionner la source.

POUR CE NUMÉRO :

Équipe du bulletin :

Julie Beauchemin
Jean-Christophe Lessard
Arthur Lacomme

Révision :

Julie Beauchemin

Mise en page :

Arthur Lacomme

PROCHAIN NUMÉRO

Simpli-Cité

Vous souhaitez envoyer des textes
pour le prochain Bulletin
du Réseau Québécois
pour la Simplicité Volontaire ?
N'hésitez pas !

RQSV@simplicitevolontaire.org

*Malheureusement, nous ne pouvons nous
engager à publier tous les textes reçus.*

Commentaires

Vous avez des commentaires ou des suggestions?

N'hésitez pas à nous les faire parvenir :

RQSV@simplicitevolontaire.org

ATTENTION :

Le Réseau Québécois pour la Simplicité
Volontaire déménage. Veuillez noter la nouvelle
adresse :

1710 Beaudry, local 3.3, Montréal
QC H2L 3E7

Tél : (514) 937-3159

Télec. : (514) 937-3583

RQSV@simplicitevolontaire.org

Site Internet et forum du RQSV :

www.simplicitevolontaire.org

COURRIER DES LECTEURS

Simple, volontaire et polémiste...

On entend souvent dans certaines conversations et dans certains commentaires du *Simpli-Cité* des phrases du genre : « NOUS, adeptes de la simplicité volontaire... EUX, les autres... ». NOUS, ceux qui ont compris, « les bons ». EUX, les autres, les consommateurs capitalistes, « les méchants ». Je caricature à peine. Cette façon de parler et qui semble se propager, m'agace profondément. Se définir par la comparaison aux autres est un piège dans lequel il est facile et risqué de tomber. Cette façon de voir place les individus dans une dialectique d'affrontement improductif et à la limite destructeur, favorisant la hargne de ceux qui ne pensent pas de la « bonne façon ». D'abord, il n'y a pas de NOUS et de EUX qui tiennent, puisque nous sommes tous sur le même bateau, ce bon vieux radeau de la méduse qu'est la Terre. Si le mouvement qui veut promouvoir la simplicité volontaire ou ses adeptes utilisent un tel langage, un langage sectaire, emprisonnant ses partisans et excluant les autres, il est voué à la stagnation ou à l'échec, comme bien d'autres mouvements avant lui. Penser et parler de la simplicité volontaire de manière inclusive et non polarisée est, je crois, une façon saine d'échanger entre tous.

*« Nous sommes tous
sur le même bateau,
ce bon vieux radeau
de la méduse qu'est
la Terre. »*

Dans le même ordre d'idées, la volonté de plusieurs membres d'inventer un nom identifiant les partisans de la simplicité volontaire me semble inadéquate, même si cela peut s'avérer un jeu sémantique intéressant. Étiqueter cette expression, la breveter en quelque sorte, stigmatise ce mouvement humaniste, social et écologique, le contraint dans une formulation étroite et encore une fois exclusive. Pareillement, instituer un logo – bien que ce soit pour le Réseau et non pour le concept même, j'en conviens – est une façon insidieuse d'amener les gens à s'identifier à une image de marque, à un concept qui risque de se vider de son sens, à un style de vie creux comme tous ceux proposés par les grandes marques utilisant ce stratagème. Je crains qu'à force de trop vouloir circonscrire la simplicité volontaire, la définir par des mots-clés et des images-icônes, on va étouffer un mouvement libre et créatif. Il aurait été tout à fait absurde de faire un logo « Refus Global » et d'appeler ses signataires des « refuglobalistes ». Paul-Émile Borduas ne disait-il pas : « Demain sera plus ou moins libre selon que nous aurons été plus ou moins simple aujourd'hui »? ☞

***Dominique d'Anjou
(Montréal)***

Au-delà du troc

Jean Lefort - Shivaw (Montréal)

Réalisant que l'argent n'a plus libre cours et se voit sous l'emprise et le contrôle d'un petit groupe d'individus, le verbe « troquer » se conjugue de plus en plus. L'échange direct de biens, s'opposant à celui qui s'opère au moyen d'une valeur symbolique commune (telle la monnaie), est de retour dans nos moeurs.

« *L'être humain vivant en société n'a pas le choix d'échanger avec ses semblables.* »

L'être humain vivant en société, n'a pas le choix d'échanger avec ses semblables. Dans nos sociétés industrialisées modernes, tous les besoins de vie sont régis par la disponibilité et la circulation de l'argent. L'invention de l'argent fut nécessaire pour faciliter les transactions entre les humains, permettant « instantanément » les

acquisitions. Avant l'utilisation de la monnaie, le commerce se limitait au troc, défini comme « un échange d'objet contre un autre ». Le troc est une procédure très restrictive, car on doit toujours trouver un produit (ou un service) pour satisfaire le propriétaire du bien désiré. Vous imaginez que dans un tel système économique, on doit souvent trouver un tiers parti (ou plusieurs) pour finaliser les transactions : le « vendeur » n'étant pas intéressé par aucun des biens proposés par l'« acheteur ».

Le troc est actuellement toujours souhaitable, mais il se devait d'évoluer. Plusieurs systèmes d'échanges ont vu le jour ces dernières années. Le SEL (Système d'Échange Local) et le JEU (Jardin d'Échange Universel) sont les deux principaux. ☞

Le fonctionnement du troc

Arthur Lacomme (Montréal)

Le système du troc consiste à s'échanger des biens et des services entre individus, sans transaction monétaire. Ainsi, il n'existe ni profit ni endettement. Pour bien comprendre le système, prenons un exemple concret.

Vous et moi sommes inscrits dans un réseau de troc. J'offre mes services en tant que masseur et vous en tant que coiffeuse. Nous avons tous les deux reçu la liste des biens et services dispensés par les membres du réseau. J'aimerais me faire couper les cheveux. Par conséquent, je vous contacte. Vous me dites qu'il vous faut une heure pour me coiffer. J'accepte la transaction et vous m'offrez ce service. Vous avez donc emmagasiné une heure dans votre « compte » et moi, j'en ai une de moins. Mais voilà, vous n'êtes pas intéressée par mes services de masseur. Aucun problème, vous pouvez user de votre heure récoltée pour d'autres biens et services offerts par le reste des membres (par exemple, un cours de piano par une tierce personne).

Ainsi, tous les services ont la même valeur, dans le sens où seul le temps compte. Une heure de coiffure équivaut à une heure de jardinage. Par ailleurs, lors de la transaction, les deux protagonistes sont libres de modifier cela, tant que les deux personnes sont d'accord entre elles.

Parfois, une contribution financière peut être demandée pour l'achat de biens reliés au service (semences pour du jardinage, teinture pour une coiffure, etc.). Les Systèmes d'Échange Local (SEL) fonctionnent ainsi. Les transactions sont comptabilisées par un coordinateur, qui calcule les heures emmagasinées et dépensées par les membres.

Les Jardins d'Échange Universels (JEU) diffèrent légèrement dans leur fonctionnement car il n'y a pas de coordinateur. Chacun gère ses heures grâce à un cahier où sont notées toutes ses transactions. Pour éviter tout problème, ce n'est jamais le détenteur du cahier qui note ses heures, mais celui avec qui il fait la transaction.

Le troc est un bon système pour ceux et celles qui ont du temps à offrir. De plus, cela permet l'échange entre individus et permet donc de tisser des liens dans les communautés. ☞

Pour plus d'informations :

JEU (dans plusieurs régions du Québec) :

www.jeu-game.com

La Corde à Linge (région de Montréal) :

www.chez.com/vraireve

Stéphane Lahoud : (514) 931-0490

BECS-Montréal :

Michel Gaudreault : (450) 653-7077

@ : gaudreaultmichel@hotmail.com

Il n'existe pas de réseau près de chez vous ?

Formez-en un ! Il suffit de réunir quelques personnes de son entourage, de calquer le modèle des SEL ou des JEU, puis de recruter d'autres membres (par exemple en plaçant une annonce dans votre journal de quartier).

L'investissement responsable

François Rebello et François Meloche,
Groupe Investissement Responsable

Les citoyens interagissent avec l'économie en tant que consommateurs mais aussi en tant qu'investisseurs. Les grandes entreprises multinationales reçoivent et dépendent des capitaux provenant de l'épargne d'individus et d'institutions. Mais comment nos sous peuvent-ils être investis sans favoriser la pollution de l'environnement ou l'exploitation des travailleurs?

Bien sûr, il est possible de choisir vous-mêmes les entreprises et de créer votre propre portefeuille par l'entremise d'un courtier à escompte (les transactions peuvent s'effectuer par Internet ou par téléphone) ou par l'entremise d'un courtier en valeurs mobilières ou d'un conseiller en placement (qui effectue les transactions pour vous). Cependant, les particuliers préférant compter sur une expertise et ayant un temps limité à consacrer décident souvent de choisir un ou des fonds communs qui incluent une série d'entreprises choisies par des professionnels. Une autre option peut être de former (ou de se joindre à) un club de placement qui regroupe plusieurs individus plaçant collectivement leurs avoirs. Le Groupe d'investissement éthique est un exemple de ce genre de club.

Plus d'une quinzaine de fonds communs utilisant l'investissement responsable sont accessibles au Québec. Ces fonds utilisent une ou plusieurs des options suivantes : l'utilisation de filtres, l'engagement auprès des entreprises et l'investissement à visée communautaire.

Les filtres d'investissement

La majorité des fonds responsables cherchent à éviter (à filtrer) les compagnies selon différents critères que peuvent être l'environnement, les relations de travail, le respect des droits de la personne ou la production d'armes et de tabac (voir le tableau). Plusieurs fonds utilisent une approche « meilleurs du secteur » selon laquelle on éliminera les entreprises les moins socialement responsables de chaque secteur industriel. Par exemple, ces fonds détiennent des entreprises pétrolières qui investissent le plus dans le développement des énergies renouvelables. Cette approche

permet de maintenir une diversité sectorielle tout en incitant les entreprises à améliorer leur comportement social et environnemental.

L'engagement auprès des entreprises

Lorsque vous investissez dans une entreprise vous en devenez co-proprétaire ou actionnaire. Un actionnaire à certains droits envers « son » entreprise dont celui de présenter des propositions devant être votées par les actionnaires lors des assemblées annuelles. Plusieurs actionnaires se prévalent de ce droit en proposant l'adoption de résolutions d'ordre social et environnemental. Par exemple, certaines propositions demandent aux entreprises de rendre publiques leurs émissions de gaz à effet de serre où les sous-traitants avec qui elles font affaire dans les pays en voie de développement. D'autres demandent que la compagnie adopte un code de conduite sur le respect des normes internationale du travail. En tout, de 100 à 200 propositions sociales ou environnementales sont déposées à chaque année aux États-Unis. Ces propositions sont parfois retirées avant l'assemblée lorsque les actionnaires qui proposent ont reçu un engagement satisfaisant de la part de la compagnie. Celles-ci préfèrent somme toute ne pas faire connaître le contenu de ces propositions étant donné la mauvaise publicité qu'elles entraînent. Les deux seules familles de fonds accessibles au Québec qui pratiquent cette stratégie de l'engagement sont *Meritas* et *Ethical Funds* (vendu au Québec par *Desjardins*).

De plus, votre caisse de retraite ou votre université gère des fonds qui sont placés à la bourse. Les investisseurs institutionnels qui gèrent ces fonds votent traditionnellement contre ce type de propositions d'actionnaires sans avoir consulté les cotisants. Si vous rassemblez assez de membres et sensibilisez les instances décisionnelles de ces fonds collectifs, il est possible de changer cette situation pour faire en sorte qu'il y ait une politique de droits de vote qui tienne compte des valeurs des cotisants.

L'investissement communautaire

Les stratégies du filtre et de l'engagement impliquent des transactions de compagnies publiques (inscrites en bourse) qui n'ont pas toujours un impact significatif sur le développement local. Par contre, l'investissement

« *La majorité des fonds responsables cherchent à éviter les compagnies selon différents critères que peuvent être l'environnement, les relations de travail, le respect des droits de la personne ou la production d'armes et de tabac.* »

communautaire permet d'atteindre cet objectif. Cependant, ce type d'investissement étant souvent plus risqué, il est préférable de le combiner avec d'autres investissements dans des compagnies publiques.

Chez nous, il existe des fonds dont la mission est de soutenir le développement local. Les fonds de travailleurs (*Fonds de solidarité FTQ* et *CSN*) investissent 60 % de leur capital dans des PME québécoises et offrent un crédit

fiscal plus important à cause de cette obligation. Il est également possible de prêter à une institution qui a une mission sociale comme les groupes de prêt de développement économique communautaire. Par exemple, l'*Association communautaire de prêt de Montréal* (ACEM) offre des prêts à intérêts abordables à des entrepreneurs qui n'obtiennent pas de crédit auprès des institutions financières conventionnelles. ☞

Tableau des fonds responsables disponibles au Québec :

	Stratégie militantiste	Stratégie filtre										
		Critères qualitatifs				Critères d'exclusion						
		E	T	Dr	Di	M	Ta	N	A	Po	J	An
Fonds responsables												
<i>Acuité - Fonds Environnement Sain</i>	non	X	X									
<i>Acuité - Fonds à Valeur Sociale</i>	non	X		X		X	X	X				
<i>Fonds Environnement Desjardins</i>	non	X				X	X					
<i>Fonds Éthiques Desjardins*</i>	oui	X	X	X		X	X					
<i>Investor Summa</i>	non	X	X	X	X	X	X	X		X	X	
<i>Mackenzie - Fonds Universal Global Ethics</i>	non	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X
<i>Mavrix - Fonds de Développement soutenu</i>	non	X	X									
<i>Meritas</i>	oui	X	X	X		X	X		X	X	X	
<i>Fondaction</i>	oui	X	X									
<i>Fonds de solidarité</i>	oui	X	X									

*Ces fonds *Desjardins* regroupent des fonds de la famille *Ethical Funds*.

Militantisme : dialogue avec les entreprises pour améliorer leur comportement social et environnemental.

Critères qualitatifs

- E** : environnement
- T** : conditions de travail, relations syndicales
- Dr** : droits de la personne principalement dans les pays en voie de développement
- Di** : diversité (à la direction, chez les cadres et/ou les employé(e)s)

Critères d'exclusion

- M** : militaire
- Ta** : tabac
- N** : énergie nucléaire
- A** : alcool
- Po** : pornographie
- J** : jeu de hasard
- An** : test sur les animaux

Pour plus d'information sur l'ensemble des fonds responsables accessibles au Québec, notamment sur leurs performances financières respectives, nous vous invitons à visiter le site internet du *Groupe investissement responsable*, une division de *Demers Conseil inc* (www.investissementresponsable.com) où à contacter ses experts au **514-879-1702**.

De plus, pour avoir des exemples de titres d'etenus pour chacun des fonds ci-dessus, vous pouvez également aller sur ce site internet. On y retrouve un tableau indiquant des noms de banques, d'entreprises, etc. pour chaque fonds.

Atelier sur l'argent

Pascal Grenier

Groupe de la Simplicité Volontaire de Québec

Cet atelier a été réalisé par le Groupe de simplicité volontaire de Québec (GSVQ). Voici un résumé qui vous permettra de tenter l'expérience à votre tour:

L'argent est très valorisé dans la société contemporaine. Plusieurs expressions en font foi : « Le temps c'est de l'argent », « l'argent c'est la liberté », « c'est l'argent qui mène le monde », « si j'avais de l'argent, je... » On en vient même à croire que l'argent (et la consommation qu'il permet) peut procurer le bonheur. Examinons donc notre rapport à l'argent et voyons comment mieux vivre cette relation.

Qu'est-ce que l'argent représente pour vous?

Faites un inventaire parmi les participants sur ce que l'argent représente pour vous et les autres. D'abord, n'en faites que la liste, puis discutez de chacun des points apportés.

Vous avez terminé votre inventaire? Voici quelques idées qui ont sans doute fait partie de vos discussions :

- Liberté
- Plus on en a, mieux c'est
- Encore plus, encore mieux
- Sécurité
- Pouvoir
- Reconnaissance sociale
- Un moyen (outil) d'échange
- Mal

« *La société de consommation nous incite à solutionner tous nos problèmes par des achats de marchandise.* »

Manquez-vous d'argent?

On a parfois rapidement tendance à répondre par l'affirmative à cette question. Parfois, on croirait que « ça irait mieux si on en avait plus », mais est-ce que vous en manquez vraiment? La société de consommation nous incite à solutionner tous nos problèmes par des achats de marchandise.

Donnez des exemples dans votre vie où vous avez été tenté de régler vos problèmes par des achats ou de la consommation de produits ou services et où vous avez réussi à faire autrement.

Si vous étiez mal pris, vous serait-il possible de vivre avec moins?

Toutefois, rassurez-vous, la simplicité volontaire ne valorise pas la pauvreté. Ainsi, il est possible que vous en veniez à la conclusion que vous n'avez vraiment pas assez d'argent pour satisfaire des besoins raisonnables. Dans ce cas, voici quelques conseils pratiques :

Vous pouvez consulter avec profit la liste des 99 bonnes façons d'économiser (cf. page 11). Celle-ci déborde d'idées originales pour vivre mieux en ayant moins besoin d'argent. Soyez bien conscient que, parfois, dépenser moins est l'équivalent de gagner plus.

De plus, il existe des « Jardins d'Échanges Universels » (JEU) qui est un « Service d'Échange Local » (SEL) soit un groupe d'échange de produits et de service sans l'intermédiaire de l'argent (cf. page 3). Vous faites du traitement de texte pour moi et moi je fournis des confitures maison à quelqu'un d'autre et tous ces échanges seront inscrits sous forme de points dans un carnet. Ce type d'échange s'apparente au troc et est idéal pour des personnes qui possèdent beaucoup de temps et peu d'argent. De plus, dans la région de Québec, vous pouvez aussi participer au Groupe d'achats du GSVQ qui permet de se procurer à meilleur compte les produits alimentaires

provenant de l'agriculture biologique et les produits écologiques en général. Pour plus d'informations au sujet de ce Groupe d'achats, contactez Monique Côté à l'adresse courriel : moncot@oricom.ca

Enfin, si vous manquez vraiment d'argent pour vos besoins de base, il y a toutes sortes d'organismes d'entraide qui peuvent vous fournir, à peu de frais ou même gratuitement, des vêtements, de la nourriture, un abris, de la relation d'aide et d'autres types d'aide. Vous pouvez obtenir la liste de ces organismes communautaires et bénévoles de la région de Québec et Chaudière-Appalaches dans un répertoire publié annuellement par le Centre d'Action Bénévole de Québec (tél. : (418) 681-3501).

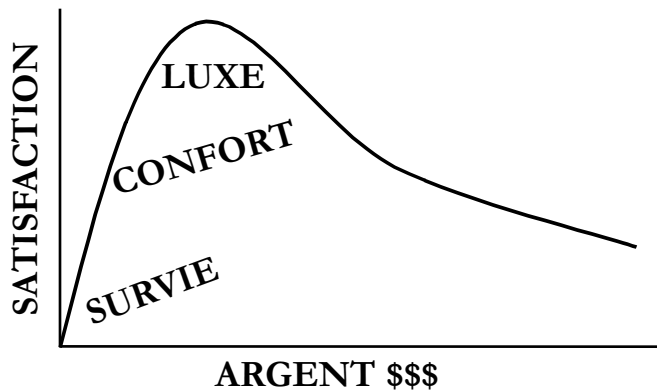
Avez-vous trop d'argent?

Très peu de gens vont répondre par l'affirmative à cette question. Il nous semble qu'on n'en a jamais assez, qu'on pourrait toujours disposer de plus. « La richesse n'est pas un mal », direz-vous. Après tout, « je ne l'ai volé à personne », se dira un autre. Ces expressions justificatives montrent bien le malaise de celui qui possède beaucoup d'argent.

Même si elles ont été acquises en toute honnêteté, les

grosses sommes d'argent proviennent souvent de l'exploitation directe ou indirecte de d'autres humains et de destructions barbares de l'environnement naturel. De plus, être riche n'est pas nécessairement mal, toutefois, cela crée un climat d'injustice sociale et souvent les achats excessifs qui en résultent sont un poids considérable pour les ressources de la planète.

Faisons ensemble l'exercice de trouver les éléments insatisfaisants à avoir trop d'argent en s'inspirant du graphique suivant :



Courbe de la satisfaction versus l'argent

Faites l'exercice de trouver les réponses en groupe et inscrivez-les sur la pente descendante du graphique puis examinez celle que nous vous proposons ci-après :

- Absence de désirs et de gratitude
- Insécurité et peur (vol, vandalisme, peur de perdre, etc.)
- Plus de responsabilités (place de rangement, ménage, entretien, assurance, etc.)
- Provoque l'isolement (perte d'amis, source de conflits, sentiment de mépris pour les pauvres, etc.)
- Provoque le conservatisme (ne veut rien changer au système qui le nourrit)
- Manque de temps (souvent associé au travail excessif)

N'est-ce pas qu'il est surprenant de trouver tant de facteurs d'insatisfaction à avoir trop d'argent!

Selon Mark A. Burch dans son livre *La voie de la simplicité*, il est possible d'allier simplicité et richesse. « C'est par des actes de philanthropie et d'altruisme et un mode de vie modeste que s'exprime la richesse la plus raffinée », rapporte-t-il. Il n'est pas question ici de dilapider ses biens, mais d'en user intelligemment pour le mieux-être de ses proches et de toute la collectivité.

« C'est par des actes de philanthropie et d'altruisme et un mode de vie modeste que s'exprime la richesse la plus raffinée »

Mark A. Burch

Donnez des exemples de façons judicieuses de disposer de surplus financiers.

Vous avez juste assez d'argent

Vous êtes dans la bonne moyenne et vous considérez ni manquer ni avoir trop d'argent. Bien sûr, le « assez » s'établit souvent par la comparaison avec la situation financière de nos proches et des autres en général. Si vous êtes « comme tout le monde », vous avez ou aspirez à posséder une maison de 100 000 \$ et plus en banlieue, souvent 2 autos, une piscine, un ou des appareils motorisés récréatifs, vous voyagez régulièrement en avion, etc.

Le « assez » nord-américain, quand on veut le généraliser à l'ensemble des humains, on réalise qu'il faudrait 4,7 planètes pour y arriver. Quelle est la solution? Discussion...

Quelques conseils pratiques pour gérer votre argent

Où faites-vous vos transactions financières courantes? Bien sûr, les Caisses Populaires sont un meilleur choix que les banques très mercantiles. Toutefois, une grande partie du mouvement Desjardins a perdu son esprit coopératif et d'entraide qui le caractérisait à l'origine. Si c'est ce que vous recherchez, la Caisse d'Économie des Travailleurs et des Travailleuses (CETT) (succursale de Québec : 155 boul. Charest Est, tél. : 647-1527), qui fait aussi partie de Desjardins, vous offre une opportunité de gérer vos finances selon des valeurs plus humaines. Elle a pour leitmotiv « La passion des êtres » ce qui se matérialise par des objectifs de justice sociale et de solidarité. En fait, elle fait affaire avec 4 réseaux (syndicats, coopératives, communautaire et culturel) en exclusivité.

Où placez-vous vos économies?

Si vous avez des économies à placer, la meilleure façon est de prêter de l'argent à ceux que vous aimez et qui en ont besoin. La vieille croyance qui veut que prêter de l'argent à ses proches est source de conflits devrait être dépassée pour y voir davantage l'occasion de rendre service et de créer des liens plus forts en plus de faire des économies. L'opposé est vrai également, soit si vous avez besoin d'emprunter, pourquoi ne pas le demander à vos proches. Ne faut-il pas que quelqu'un commence par demander?

Une autre excellente façon de placer ses surplus d'argent est sous forme de Régime Enregistré d'Épargne Retraite (REER) ou de contribuer au fonds de la CETT

pour bénéficier des avantages tels qu'expliqués ci-dessus

Une autre façon de disposer de ses surplus est de faire des placements dans les Fonds Éthiques. Ces placements boursiers favorisent des compagnies « propres » (pas d'armement, de tabac, d'alcool, d'exploitation des enfants ou de travail dans des conditions inhumaines, respect de l'environnement, etc.). Les placements boursiers éthiques ne sont cependant pas « parfaits », car souvent les courtiers choisissent les compagnies « les moins pires » dans les différents secteurs. Les placements boursiers conventionnels sont le pire choix, car on y favorise ainsi souvent les compagnies « malpropres » ou qui spéculent sur les devises et ne produisent aucun bien ou service et fragilisent ainsi tout le système économique.

La meilleure façon de placer son argent, quel que soit le type de placement choisi, demeure les REER. Ceux-ci sont particulièrement avantageux si vous n'avez pas de fonds de pension d'entreprise. Une chose que l'on ne pense pas toujours est d'en prendre au nom du conjoint, si celui ou celle-ci ne travaille pas à l'extérieur ou n'a pas de fonds de pension (c.f. l'article « L'investissement responsable »).

Conclusion

Une des constatations que l'on fait souvent à propos de l'argent, c'est que les adeptes de la simplicité volontaire, par leur habitude de vivre modestement, en ont bien plus que ceux qui adoptent un mode de vie consumériste, et ce, même si parfois ils en gagnent moins. ☺

Conférences de Serge Mongeau sur la simplicité volontaire

16 septembre 2003 : 19h, Bibliothèque de Verdun, renseignements : **785-7258**

17 septembre 2003 : 19h, Bibliothèque de l'Île-des-Soeurs, renseignements : **785-7258**

12 novembre 2003 : 19h30, Bibliothèque de Saint-Léonard, organisée par L'ACEF de l'Est de Montréal : **257-6622**

Note : Le *RQSV* comme tel n'organise pas de conférences dans les régions. Nous sommes en contact avec plusieurs animateurs-conférenciers; si vous ou un organisme de votre région souhaitez organiser une rencontre dans votre coin, faites-le nous savoir et nous vous référerons au conférencier le plus près de chez vous.

Objets écologiques promotionnels

Le *Groupe de simplicité volontaire de Québec* offre à vendre des **sacs de magasinage en tissus, des gilets et des tasses** tous récupérés et imprimés aux motifs de la simplicité volontaire (SV). Les buts sont de faire connaître la SV, financer le *GSVQ* et favoriser l'utilisateur.

Pour plus d'information, voir le site du *RQSV* (www.simplicitevolontaire.org) ou communiquer avec Québec: **moncot@oricom.ca**

Trucs et astuces

Fini le Ajax!

Voici la recette pour préparer une poudre à récurer sans danger pour l'environnement et pour votre santé. Dans un contenant à saupoudrer, mélanger 250 ml de bicarbonate de soude avec 60 ml de borax. C'est tout!

Tiré de Maison propre et Jardin vert, Régie intermunicipale de gestion des déchets de l'île de Montréal, juin 2000.

Le bulletin *Simpli-Cité* en version électronique

Vous avez une adresse courriel ?

Vous préféreriez recevoir le bulletin *Simpli-Cité* en version électronique ?

Faîte-le nous savoir en écrivant au *RQSV* à l'adresse suivante : **RQSV@simplicitevolontaire.org**

	PLACE DES IDÉES	

Économie et simplicité volontaire

Lucie Laforte (Sainte-Foy)

Les questions d'argent et l'économie sont des sujets discutés couramment dans les médias et des enjeux politiques importants. On peut donc se demander s'il y a des liens entre le couple argent-économie et la simplicité volontaire. Voici quelques réflexions à ce sujet, à partir de mon expérience de la simplicité volontaire et d'un manuel utilisé dans certains cégeps pour l'enseignement de l'économie : Introduction à la microéconomie moderne, de M. Parkin, C.-D. Fluet et R. Bade, paru en 1992 chez ERPI.

La simplicité volontaire renverse plusieurs principes de base que le capitalisme admet sans preuve et sur lequel il se fonde (postulats), et notamment celui-ci, à la page 9 : « nos besoins et nos désirs, illimités, surpasseront toujours les ressources dont nous disposerons; ils sont donc destinés à toujours demeurer partiellement insatisfaits. »

Tous les humains ont des besoins essentiels : se nourrir, se protéger des éléments (par des vêtements, par une habitation) et avoir une vie intellectuelle et affective satisfaisante. La plupart des autres « besoins » sont en fait des désirs ou servent à tenter de combler nos besoins essentiels. Une vie simple implique souvent de limiter nos désirs à ceux qui importent vraiment; lorsque cette simplicité est volontaire, la maîtrise de nos désirs contribue à notre bien-être. Quant aux ressources de notre planète, elles sont bien sûr limitées. La simplicité volontaire, lorsqu'elle implique une démarche d'évaluation des désirs, nous fait réaliser à quel point certains de ces désirs superficiels gaspillent des ressources. Elle nous aide donc à mieux utiliser nos ressources et à s'approcher de la situation idéale où nous disposons d'assez de ressources pour satisfaire nos besoins. Puisque nos besoins ne sont plus illimités, il devient possible d'atteindre cet idéal de satisfaction. La simplicité volontaire permet donc de rejeter le postulat ci-dessus.

« *La simplicité volontaire nous aide à mieux utiliser nos ressources et à s'approcher de la situation idéale où nous disposons d'assez de ressources pour satisfaire nos besoins.* »

D'autre part, ce postulat sous-entend que l'insatisfaction d'une partie des désirs est une mauvaise chose. Je ne suis pas d'accord. Souvent, les gens qui ont tout ce qu'ils désirent sont blasés et cela les rend malheureux. D'autre part, un désir insatisfait est aussi un but à atteindre et sert donc de motivation, de but dans la vie. Certains buts ne sont jamais pleinement atteints, mais on peut tirer beaucoup de satisfaction du cheminement d'aller vers eux; le désir de changer le monde qui anime beaucoup de personnes engagées en est un excellent exemple. À ce sujet, on peut considérer que notre désir est d'agir pour une cause, et non que cette cause soit réglée : on satisfait donc ce désir au quotidien, en agissant. La démarche de la simplicité volontaire peut nous aider à redéfinir ainsi nos désirs.

Toujours à la page 9, on dit que les problèmes économiques (la pauvreté, le chômage, la consommation, etc.) découlent de ce postulat : « Tout problème économique découle d'un fait simple et incontournable : l'impossibilité où nous sommes de satisfaire tous nos désirs. » Nous avons vu que ce « fait » simple n'est pas incontournable puisque la simplicité volontaire rend invalide « la » cause des problèmes économiques, ceci laisse croire qu'elle permet d'éliminer tous ces problèmes! Ce n'est évidemment pas vrai. Les problèmes économiques ont d'autres causes. Par exemple, on peut penser à l'insouciance et à l'irresponsabilité dans l'utilisation des ressources et aussi au manque d'information ou à la désinformation au sujet de ces mêmes ressources.

De façon concrète, on nous incite souvent à consommer « pour faire rouler l'économie » et à cette fin, on essaie de nous créer des désirs par la publicité. La simplicité volontaire permet d'éviter de tomber dans ce piège créateur de problèmes économiques (et de plein d'autres problèmes, comme le manque de confiance en soi parce qu'on ne ressemble pas aux mannequins des annonces...) et peut donc nous aider à changer notre rapport à l'argent en tant qu'individu et notre économie en tant que société. Bien sûr, ce n'est pas un remède miracle et il nous reste du travail à faire, en particulier pour identifier les autres causes des problèmes économiques individuels et sociaux - et pour les éliminer. Mais au moins, c'est un pas dans la bonne direction! ☞

L'argent ne fait pas le bonheur ?

Alain Lavallée (Montréal)

L'argent ne fait pas le bonheur. C'est le type de phrase galvaudée que nous entendons souvent autour de nous. Mais avez-vous remarqué que cette phrase est souvent accompagnée d'un soupir semblant la contredire. Par exemple, on entendra souvent après « c'est c'qu'on dit... en tout cas... c'est ça qui est ça », et autres formules aussi creuses que l'estomac d'un Somalien ne se souvenant plus en quel mois il a avalé son dernier repas. C'est que la majorité des gens n'y croient tout simplement pas, car ils croient au contraire que l'argent fait le bonheur. S'il y a seulement un dénominateur commun à nous tous, homo sapiens du monde entier, c'est bien celui de la recherche du bonheur. Car tout le monde cherche le bonheur. Même les sados-masochistes le cherchent, le bonheur se trouvant pour eux au bout du fouet, comme il peut être pour d'autres dans l'assiette ou le luxe ostentatoire. Et si l'argent ne fait pas le bonheur aux yeux des gens, comment peut-on expliquer tous les excès « bons pour l'économie » dont nous sommes témoins à tous les jours, mais si mauvais pour notre santé et celle de notre écosystème? Mentionnons entre autres la frénésie sans cesse grandissante pour les jeux de hasard, les produits de luxe, les investissements qui rapportent gros en peu de temps et j'en passe des bien pires.

« S'il y a seulement un dénominateur commun à nous tous, homo sapiens du monde entier, c'est bien celui de la recherche du bonheur »

L'argent est devenu le passeport permettant d'accéder à la conception que les gens se font du bonheur (il y a de nos jours une grande confusion entre bonheur et plaisir, mais ça c'est une autre histoire). Le bonheur étant intrinsèquement lié à des valeurs, il est normal que la conception que les gens se font du bonheur soit liée à des valeurs bien précises. Le pouvoir et le confort sont deux de ces valeurs importantes de nos jours. Ainsi, le pouvoir qu'apportera un gros compte en banque permettra de passer devant n'importe qui pour avoir de bons services (par exemple pour avoir des services médicaux). Par contre, si la solidarité sociale était une valeur importante dans notre société, cette idée d'avoir assez d'argent pour passer devant les plus pauvres n'aurait aucun sens. Le confort est une autre de ces valeurs montantes que l'on voit partout autour de nous. Par conséquent, on privilégie tout ce qui est gros (comme disait l'autre « Think big, stie ») et on doit avoir tous les gadgets possibles et imaginables pour toutes les éventualités. La maison doit donc être grosse pour avoir assez d'espace pour la remplir de milliers de gugusses

« indispensables » bien souvent énergivores. Dans cette optique, le transport en commun n'est pas bien vu puisqu'il faut bien avouer qu'il est moins confortable de se déplacer sur des sièges mal rembourrés (et souvent debout, par surcroît), serrés les uns sur les autres, que l'arrière-train bien assis dans un 4X4 gourmand en essence mais bien protégé des caprices de la route. Bien entendu, pour satisfaire de telles valeurs ça prend beaucoup d'argent. Par conséquent, il n'est pas surprenant que la proportion de ceux qui travaillent plus de 50 heures/semaine ait augmenté depuis quelques années, avec toutes les conséquences sur la santé que ça peut apporter.

Mais surtout, cette conception du bonheur basé sur l'argent a de graves conséquences sur notre écosystème. Plusieurs ne s'en rendent pas compte, mais nous n'avons qu'une planète que nous devons protéger si nous voulons que l'espèce humaine survive à long terme. Car lorsque nous aurons dévasté nos forêts pour nous bâtir d'énormes maisons à trois portes de garage (le modèle nord-américain dont rêve la majorité des habitants de la planète), que nous

aurons pris tout l'espace cultivable pour y installer nos énormes maisons et les autoroutes nécessaires à transporter chaque habitant dans son auto (le modèle individualiste nord-américain d'une auto par habitant), nous serons prospères économiquement. Le PIB

atteindra des sommets astronomiques. Les indicateurs économiques seront à la hausse, etc. Toutefois, cette prospérité économique ne pourra tenir longtemps car nous mourrons tous de faim, et ce n'est sûrement pas bon pour l'économie que tout le monde meure de faim. Nous mourrons tous de faim, car s'il ne nous reste que l'argent au bout de cette folle course au bonheur, nous découvrirons que les valeurs nutritives d'un billet vert (vert n'ayant ici aucune connotation écologique), fut-il américain, sont bien faibles. Là nous comprendrons que l'argent ne fait pas le bonheur et que ça ne valait pas le coup de tout sacrifier sur l'autel de l'économie. Par contre, si beaucoup de gens appliquaient la simplicité volontaire, nous pourrions éviter une telle catastrophe, la simplicité volontaire étant basée sur des valeurs qui ne s'achètent pas, telles que le partage, l'amitié, etc. Car lorsque nous aurons changé nos valeurs, notre vision de l'argent deviendra forcément différente. Et c'est seulement là que nous croirons que l'argent ne fait pas le bonheur. C'est là aussi que nous entendrons moins souvent la phrase « L'argent ne fait pas le bonheur », car nous n'aurons plus besoin de nous la répéter pour nous en convaincre. Nous y croirons vraiment. ☺

99 BONNES FAÇONS D'ÉCONOMISER

Adapté par *Pascal Grenier*

à partir du livre *Votre vie ou votre argent*

de *Joe Dominguez et Vicki Robin*

Intérêts et frais financiers

1. Rembourser vos dettes de cartes de crédit.
2. Ne conserver qu'une seule carte de crédit pour les cas d'urgence et ne payer plus de frais annuels inutiles.
3. Payer tous vos achats comptant, même les gros achats tels que la voiture.
4. Rembourser votre hypothèque aussi rapidement que possible.
5. Si votre banque ne réclame aucuns frais de gestion à condition d'avoir toujours un montant minimum sur votre compte, veiller à ne pas aller en deçà de ce minimum.
6. Ne pas faire de chèque sans provision.

Les frais de transport

7. Chercher à savoir si vous avez vraiment besoin d'une deuxième (ou d'une troisième) voiture. Songer aux économies d'essence, d'huile, d'entretien, de réparations, de stationnement, d'assurance, de permis et de contraventions que vous pourriez faire si vous vous en passiez.
8. Faire vos courses à pied aussi souvent que possible.
9. Utiliser les transports en commun.
10. Tenir un carnet de bord dans lequel vous consignez les dépenses afférentes à votre auto.
11. Vous familiariser avec les rudiments de la mécanique.
12. Trouver un mécanicien fiable et honnête, avant d'en avoir vraiment besoin.
13. Après avoir comparé les prix, acheter vous-même les pièces de rechange nécessaires et, au besoin, les faire installer par un professionnel.
14. Entretenir régulièrement votre voiture (ou la faire entretenir) pour prévenir les pannes et les ennuis mécaniques.
15. Pratiquer le covoiturage.
16. Utiliser le système de location d'auto " Communauto ".
17. Songer au télétravail grâce auquel vous pouvez travailler à domicile, tout en restant relié à votre bureau par ordinateur, le modem, le télécopieur, le téléphone et, évidemment, le chèque de paie.
18. Minimiser la distance entre votre lieu de résidence et votre travail.
19. Opter pour une semaine de travail de quatre jours et un horaire de dix heures par jour.
20. Enfourcher votre bicyclette aussi souvent que possible.
21. Si vous envisagez d'acheter une nouvelle voiture, vérifier le prix des assurances; à performances égales, certaines marques ou certains modèles coûtent plus chers que d'autres en primes d'assurance.
22. Réparer et conserver sa vieille voiture plutôt que d'en acheter une neuve. C'est une façon d'économiser sur l'assurance.
23. Grouper ses achats pour limiter les déplacements.

Les frais médicaux

24. Penser à adhérer à un régime d'assurance minimale.
25. Comparer les prix en ce qui concerne les médicaments et les soins aux examens que vous devez payer.
26. Les professionnels de la santé exercent à des tarifs différents et dans des lieux différents. Vous pouvez vous informer, comparer les prix.
27. Surveiller votre alimentation.
28. Vous pouvez faire de l'exercice physique.
29. Adopter une attitude positive.
30. Maîtriser votre stress.
31. Cesser de fumer.
32. Prendre suffisamment de repos.
33. Si vous dépassez le " poids santé ", perdre quelques kilos.

Les dépenses de logement

34. Faire du gardiennage de maison.
35. Louer les espaces que vous n'utilisez pas, comme votre résidence secondaire.
36. Envisager la possibilité de vivre en communauté.
37. Déménager dans un quartier moins cher.
38. Acheter une petite parcelle de terrain et y installer une maison mobile.
39. Faire vous-même vos réparations dans la maison.

Partager

40. Échanger vos vêtements avec des amis qui ont la même taille que vous.
41. Garder vos vêtements pour les ressortir un peu plus tard.
42. Participer à un réseau de gardiennage.
43. Ne plus acheter de livres et de magazines. Les emprunter à la bibliothèque.
44. Partager vos abonnements avec des amis.
45. Faire partie d'un groupe JEU (Jardin d'Échanges Universels) ou d'un SEL (Service d'Échanges Locaux) qui sont des systèmes organisés d'échanges de biens et de services sans argent.
46. Monter votre propre réseau de partage. Informer parents, amis, voisins, etc. de vos besoins et offres.

Le magasinage

47. Vous mettre au courant des prix.
48. Acheter des produits usagés dans les marchés aux puces, les ventes de garage, les ressourceries, les friperies, par l'intermédiaire des petites annonces dans les journaux et les lieux publics ou autres, etc.
49. Faire une liste d'achats et s'y tenir.
50. Découper les coupons de réduction.
51. Faire vos courses toutes les semaines ou tous les dix jours.
52. Préparer vos menus à l'avance pour une période de sept à dix jours et les établir en fonction des produits en réduction.
53. Comparer avant d'acheter. Consulter les annonces publicitaires dans les journaux et les circulaires des différentes épiceries.
54. Acheter en gros les articles que vous utilisez fréquemment

comme la farine, les papiers-mouchoirs, le papier de toilette, le savon à vaisselle, etc.

55. Acheter des fruits et légumes de saison ; ils sont moins chers.

56. Profiter des rabais pour acheter en plus grande quantité - non seulement les boîtes de conserve, mais aussi la viande, que vous pouvez congeler.

57. Regarder bien où chaque épicerie place les articles en réduction pour vente rapide.

58. Si vous avez un jardin potager, vous pouvez encore une fois faire preuve de frugalité en faisant pousser les légumes qui, pour un minimum d'espace et d'efforts, vous permettent de faire le plus d'économie.

59. Faire preuve d'imagination. Si un article vient à manquer avant votre prochaine tournée à l'épicerie, vous pouvez improviser avec ce que vous avez sous la main.

60. Constituer une coopérative ou un groupe d'achats en gros avec vos amis et vos voisins.

61. Supprimer un repas de viande (ou plus) par semaine et le remplacer par un plat de pâtes ou de légumineuses.

62. Vous approvisionner dans les marchés en plein air ou directement chez le producteur.

63. Vous familiariser avec les magasins locaux et les produits d'appels qu'ils proposent, c'est-à-dire les produits exceptionnellement réduits.

64. Penser à apporter votre propre sac au magasin.

65. Éviter les plats cuisinés.

Les vacances

66. Vous détendre à proximité de chez vous.

67. Acheter vos billets d'avion longtemps à l'avance.

68. Profiter des meilleurs tarifs qui sont offerts, lorsque vous voyagez en semaine ou si une fin de semaine est incluse dans le séjour.

69. Être son propre agent de voyage.

70. Choisir le camping.

71. Voyager tout en faisant du bénévolat.

72. Faire un échange de maison et éventuellement de voiture avec des résidents du pays visité.

Les rencontres et les divertissements

73. Organiser des repas-partage (chacun apporte un plat).

74. Lorsque vous invitez des amis à souper, vous pouvez ne rien faire d'extravagant mais offrir ce que vous mangez habituellement.

75. Inviter des amis à venir prendre le dessert avec vous en regardant un film ou un documentaire et discuter du film avec eux.

76. Avis aux cinéphiles : aller voir les films en matinée ou certaines journées particulières coûte moins cher.

77. Si vous êtes un mordru de spectacle, offrir vos services à titre de bénévole.

78. Emprunter disques compacts, cassettes audio et bandes vidéo à la bibliothèque.

79. Vous passer d'aller au restaurant jusqu'à ce que cela redevienne un réel plaisir.

80. Reprendre les bonnes vieilles habitudes : écrire au lieu de payer des frais d'interurbain ou, si vous voulez être plus moderne, utiliser le courriel.

81. Ne jamais oublier que l'amitié et l'amour ne s'achètent pas.

Les passe-temps

82. Vous adonner à des passe-temps qui contribuent vraiment à la réduction de vos dépenses (bricolages-cadeaux, confection de vêtements, jardinage, etc).

83. Choisir des passe-temps qui ne vous obligent pas à faire de longs déplacements.

84. Opter pour des passe-temps que vous pouvez apprécier sans être obligé de dépenser des sommes folles pour un équipement sophistiqué.

85. Mettre votre passe-temps au service d'une bonne cause ou faire d'une bonne cause votre passe-temps.

86. Choisir ou modifier vos passe-temps de manière à éviter les frais d'adhésion et les cotisations.

Les assurances

87. La valeur de rachat ou l'état de votre voiture justifient-ils votre assurance automobile tout risque?

88. Êtes-vous en train d'assurer des objets que vous ne pourriez jamais remplacer s'ils étaient volés?

89. Si votre conjoint (e) travaille, avez-vous vraiment besoin d'une assurance-vie aussi importante que celle que payait votre père?

Les enfants

90. Plutôt que de faire appel à l'argent, vous pouvez faire preuve de créativité en ce qui concerne les anniversaires et les costumes d'Halloween ou de Mardi Gras.

91. Donner de l'argent de poche à vos enfants et laissez-leur la possibilité d'apprendre à le gérer seuls.

92. Réduire vos propres dépenses et vos enfants vous imiteront.

93. Si vous ne donnez pas d'argent de poche à votre enfant et qu'il vous réclame quelque chose, vous pouvez lui proposer d'en rediscuter dans quelques jours.

94. Y penser à deux fois avant d'envoyer votre enfant dans une école privée.

Les cadeaux

95. Vous mettre d'accord avec vos enfants pour ne leur offrir qu'un seul cadeau à Noël ou pour leur anniversaire. Choisir un cadeau vraiment significatif pour eux et vous rappeler que " plus " n'est pas forcément " mieux ".

96. Acheter vos cadeaux à l'avance pour profiter au maximum des ventes et des bonnes occasions et les mettre de côté jusqu'au moment de les offrir.

97. Plutôt que de donner des biens matériels, offrir vos services (massage, baby-sitting, concert privé ou taillage de haies, par exemple).

98. Convenir avec vos amis et parents de ne pas échanger de cadeaux à Noël ou pour les anniversaires.

99. Si vous avez l'esprit inventif et si vous êtes habile de vos mains, vous pouvez créer vous-même des cadeaux simples et originaux.

LES PETITES NOUVELLES DU RQSV

*Jacinthe Laforte, permanente du RQSV
et Diane Gariépy, membre du Conseil d'Administration*

Assemblée générale

C'était qu'une ou double : L'assemblée générale de la fondation a décidé d'accepter d'entrée de jeu le leadership du comité provisoire qui lui a demandé d'adopter en un seul bloc l'énoncé de mission puis les règlements généraux proposés.

Une assemblée composée de quelque 85 membres, des tenaces qui ont accepté d'être en salle dès 9 h 00 après toute une journée en colloque, la veille. Des vaillants et vaillantes!

Un premier C.A. a été élu et applaudi chaleureusement. Les nouveaux administrateurs sont : Jacques Delorme (Québec), Diane Gariépy (Montréal), Pascal Grenier (Québec), Cécile Laroche (Victoriaville), Guy Lavoie (Montréal), Claude Nadon (Montréal) et notre permanente, Jacinthe Laforte.

Une assemblée générale sympathique qui vous dit : À l'année prochaine!

Bilan du colloque

Au dire de tous et toutes, le colloque du 26-27 avril 2003, *Simplifier pour mieux vivre, s'impliquer pour survivre!* fut un grand succès.

200 personnes sont venues s'informer, échanger et rêver ensemble d'un avenir en simplicité volontaire.

Qu'est-ce que les gens ont aimé à ce colloque? Les conférences (Françoise David, Serge Mongeau, Jean-Claude Leclerc, Robert Béliveau), les ateliers (alimentation, empreinte écologique, publicité, temps, sens du travail, vie de famille, écovillages...), les échanges informels autour de belles collations et de succulents repas, l'assemblée générale de fondation (eh oui!), la table des livres et revues, l'animation générale, le lieu... Bref, on a tout apprécié, semble-t-il!

Plusieurs en ont profité pour devenir membres du Réseau et quelques uns se sont fait signe pour former des comités d'actions, de réflexion, de recherches, etc.

Pour ceux et celles qui ont manqué ça, rassurez-vous : il y en aura d'autres!

Docu-ressources sur les groupes de SV

Comment rassembler des personnes pour démarrer un groupe, quels éléments favorisent la cohésion, quelles

étapes normales traversent un groupe ? Quels sont les projets possibles, les ressources disponibles ? Quelle est la réalité particulière aux groupes de simplicité volontaire ?

Comme le RQSV croit que c'est grâce aux groupes régionaux de simplicité volontaire que celle-ci se développera partout au Québec, nous avons confié à un volontaire impliqué au RQSV la rédaction d'un document qui pourrait servir aux personnes responsables de groupes de simplicité volontaire.

Déménagement du RQSV

Après deux années dans un local peu éclairé, peu aéré et très excentré, le RQSV déménage à quelques minutes de marche du métro Beaudry. Le Comité social Centre-Sud, un organisme très engagé dans ce quartier, nous accorde pour l'année qui vient un petit local à prix modique. Avec une grande fenêtre !

À partir de juillet 2003 : **1710, Beaudry, local 3.3, Montréal (Québec) H2L 3E7**. Le téléphone et l'adresse électronique restent les mêmes : **(514) 937-3159**
RQSV@simplicitevolontaire.org

Merci aux gens qui s'impliquent

Merci à toutes les personnes impliquées dans le RQSV, votre participation est absolument indispensable à notre fonctionnement ! La liste des volontaires qui ont rendu possible la tenue du colloque d'avril 2003 le démontre bien. Un merci particulier à Jean-Christophe Lessard, Arthur Lacomme et Alain Lavallée, qui, en travaillant au bureau au cours des derniers mois, ont apporté à la permanente un soutien très apprécié.

Une coqueluche des médias !

Le RQSV se trouve dans une situation tout à fait particulière : chaque semaine, des journalistes de la radio, de la télé et de différents journaux approchent le RQSV pour avoir de l'information sur l'organisme et des témoignages de personnes ayant choisi de vivre mieux avec moins. Le magazine *Châtelaine* du mois de juin a présenté un dossier sur le sujet. On peut parfois craindre le sensationnalisme ou la récupération ; mais cela reste quand même un moyen de nous faire connaître et de tisser le Réseau.

Mot de la présidente

Bonjour,

Je suis heureuse de prendre contact avec vous, membres du réseau. Quel magnifique colloque nous avons eu les 26 et 27 avril dernier, grâce au beau travail du comité du colloque, à la qualité des conférenciers et, surtout, grâce à votre participation. Merci aussi de votre participation à l'assemblée générale de fondation, le dimanche matin. Votre présence en grand nombre et l'atmosphère joyeuse de l'assemblée ne laissent aucun doute : nous l'attendions tous cette naissance. Et en effet, nous avons assisté à la naissance de quelque chose de magnifique : la mise en commun de nos forces et de nos énergies pour contribuer à l'émergence d'une société nouvelle, une société qui priorise l'être et le respect de notre Terre.

J'ai accepté le rôle de présidente pour l'année qui vient. Je serai celle qui veillera à ce que nos choix et actions de

l'année demeurent alignés d'abord sur la mission du réseau, puis sur les priorités déterminées par l'assemblée générale. Étant donné notre réalité québécoise et mon éloignement du centre des médias qu'est Montréal, le premier porte-parole du réseau sera notre vice-président, Gui Lavoie.

Notre réseau vient de naître; il grandira comme une toile, nourri par chaque mouvement individuel. En ce sens, nous sommes un collectif d'énergies, chacun apportant sa contribution, aussi unique que précieuse.

Dès l'automne, nous nous proposons de prendre contact avec les groupes de tous les coins du Québec, puisque la priorité en 2003-2004 est d'accompagner les individus, animateurs et responsables d'équipes dans leurs projets.

Au plaisir de vous rencontrer. Et d'ici là, je vous souhaite un bel été de repos et de soleil.

Cécile Laroche

Derrière le colloque sur la simplicité volontaire 2003, il y a...

Nos hôtes :

Julien Lafrance-Vanasse
Comité UniVertCité de la Fédération des associations étudiantes du campus de l'Université de Montréal

Comité organisateur du colloque :

Monique Chabot
Didier Di Camillo
Diane Gariépy
Jacinthe Laforte
Jean-Christophe Lessard-Lafortune
Catherine Letarte

Animation du colloque :

Maurice Rhéaume

Conférences :

Françoise David
Robert Béliveau
Dominique Boisvert
Jean-Claude Leclerc
Serge Mongeau

Animation d'ateliers :

Dominique d'Anjou
François Meloche
Martine Chatelain
Jacques Delorme
Maurice Rhéaume
Lise Morin
Jules Massé
Diane Gariépy
Claude Nadon
Lucie Lemelin
Jean Lefort

Comité de coordination du RQSV :

Dominique Boisvert
Monique Chabot
Julie Galipeau
Diane Gariépy
Pascal Grenier

Cécile Laroche
Joseph Michel
Serge Mongeau

Collations :

Catherine Letarte
Geneviève Marcoux
Julie Marcoux
Capucine et Tournesol
Coopérative d'Alentour
J.G. Rive Sud, Fruits et légumes
Jus de pomme *Origines*
Le Commensal McGill
Oxfam Québec

Donateurs :

Institut pour une écosociété
Comité de justice sociale Sainte-Croix

Membres et sympathisants impliqués :

Annick Boisvert
Simone Brisebois

Lucie Cloutier
Dominique d'Anjou
Sylvie Desrosiers
Didier di Camillo
Nathalie Coutu
Martin Doyle
Marie-Hélène Hamel
Lili Haury
Arthur Lacomme
Lucie Laforte
Marc-Antoine Laforte
Cécile Laroche
Alain Lavallée
Gui Lavoie
Françoise Lemoyne
Huguette Matte
Sylvie Marier
Julie Martineau
François Millette
Anne Painchaud
Gerry Pascal
Rachel Prud'homme
Alexandre Quessy

Et tous les participants!

MERCI !

Groupe de simplicité volontaire de Québec
Formation pour les responsables régionaux et les animateurs

Le Groupe de Simplicité Volontaire de Québec propose une fin de semaine de formation en leadership et en animation de groupes aux responsables régionaux et aux personnes qui animent (ou désirent animer) des ateliers de discussion sur la simplicité volontaire. Voici les grandes lignes du programme de cette session. Nous vous ferons parvenir une version plus détaillée à la réception de votre inscription.

1^{ère} journée, samedi le 06 septembre

- 08h30** - Inscription
- 08h45** - Accueil et mot de bienvenue
- 09h00** - Présentation sommaire des participants, de leurs expériences et attentes, ainsi que du groupe régional qu'ils représentent. Période qui permet de connaître les difficultés et les succès rencontrés par les différents groupes afin de trouver ensemble des pistes de solutions au cours de la fin de semaine.
- 09h30** - Cours sur le leadership
- 10h15** - Pause
- 10h30** - Cours sur la dynamique de groupe
- 12h00** - Dîner (les participants apportent leur lunch ou vont au restaurant)
- 13h00** - Formation sur les types de personnalité
- 13h30** - Formation sur l'animation de groupe, 1^{ère} partie (avec pause intégrée de 15 minutes)
- 17h00** - Souper (buffet froid fourni, payé par les participants lors de leur inscription)
- 19h00** - Rencontre sociale et préparation individuelle pour les ateliers d'animation.
- 20h30** - Fin de la première journée.

2^{ème} journée, dimanche le 07 septembre

- 08h30** - Formation sur l'animation de groupe, 2^{ème} partie (avec pause intégrée de 15 minutes)
- 12h00** - Dîner
- 13h00** - Ateliers d'animation par les participants (en groupes simultanés) avec jeux de rôles.
- 15h00** - Pause
- 15h15** - Fin de l'atelier et évaluation des participants pour leur animation
- 15h30** - **PLÉNIÈRE** : retour sur la rencontre
 - Évaluation des ateliers d'animation
 - Solutions envisagées pour répondre aux problèmes soulevés par les différentes régions (animer par un participant et co-animer par un responsable)
 - Évaluation de la fin de semaine
- 16h00** - Fin de la journée

NOTE IMPORTANTE

Cette formation est réservée aux personnes responsables de groupes régionaux et aux animateurs d'ateliers sur la simplicité volontaire ainsi qu'à celles qui désirent mettre sur pied des groupes ou animer des rencontres.

INFORMATIONS IMPORTANTES EN PAGE 16

COUPON D'INSCRIPTION

NOM : _____

ADRESSE : _____

TÉLÉPHONE : () _____ - _____

COURRIEL : _____

NOMBRE DE PERSONNES : _____ x 30\$: _____

BESOIN D'HÉBERGEMENT : _____ personnes

**DATE LIMITE
D'INSCRIPTION :**

LE 20 AOÛT 2003

ADRESSE DE RETOUR :

GSVQ
10 1/2, St-Yves
Beauport (Qc)
G1E 4N9

Payable par chèque à l'ordre de : Groupe de simplicité volontaire de Québec

Nous nous réservons le droit d'annuler la formation si le nombre d'inscriptions est inférieur à 10 personnes. Les inscriptions recues seront alors remboursées.

INFORMATIONS IMPORTANTES

QUAND ?

Les 6 et 7 septembre 2003

OÙ ?

À la Maison de la famille de Québec

573, 1ère Avenue, Québec

Stationnement gratuit disponible

COÛT ?

30\$ / personne incluant la location de la salle, le souper du samedi, les collations et la documentation remise durant la fin de semaine.

HÉBERGEMENT ?

Nous ferons un appel aux membres du groupe de simplicité volontaire de Québec afin d'offrir de l'hébergement aux personnes de l'extérieur. Veuillez nous indiquer vos besoins sur le coupon d'inscription. Nous ne pouvons assurer trouver un gîte pour tous les inscrits.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES ?

Vous pouvez contacter M. Pascal Grenier ou Mme Monique Côté

par courriel de préférence à : moncot@oricom.ca

sinon, par téléphone au no : (418) 660-5579

LE TRAJET ?

Arriver par le boulevard de la Capitale (autoroute Félix Leclerc)

Prendre la sortie 1ère Avenue direction sud

La Maison de la Famille est située à droite, près de la 6ème rue. OU

Arriver par le boulevard de la Capitale (autoroute Félix Leclerc)

Prendre sortie Boulevard Laurentien (autoroute 73)

à la première lumière, tourner à gauche sur la rue de la Croix-rouge

à la deuxième rue, tourner à gauche sur la 1ère Avenue, la Maison de la Famille est tout de suite à votre gauche.

Répertoire des groupes de simplicité volontaire

Le *RQSV* est en contact avec plusieurs groupes régionaux qui se sont formés grâce à l'initiative de personnes qui souhaitaient en rencontrer d'autres pour réfléchir et agir en lien avec la simplicité volontaire. Chacun de ces groupes est autonome, fonctionne à sa manière et décide de ses activités.

Ne vous gênez pas pour prendre contact avec les responsables de ces groupes pour en savoir davantage!

Par ailleurs, plusieurs de nos membres d'autres régions sont intéressés à faire partie d'un groupe; si vous avez envie de vous impliquer dans l'organisation d'activités régionales, communiquez avec nous et nous pourrions vous fournir des outils.

Enfin, une section de notre site Internet vise à informer les gens des événements régionaux reliés à la simplicité volontaire.

Tenez-nous au courant de ce qui se passe dans votre coin!

Jacinthe Laforte, RQSV

- Asbestos (depuis le printemps 2001)

Mélanie Laroche (819) 879-5802.

Depuis plus d'un an et demi, le groupe d'une douzaine de personnes se rencontre mensuellement dans les résidences des participants pour discuter sur différents thèmes.

- Gatineau (Buckingham) (depuis janvier 2002)

Marc Laprade (819) 712-4560 ou (819) 986-9685

Plusieurs cellules organisent divers projets : achats de semences, énergie, covoiturage, écovillage. Bienvenue aux personnes qui veulent s'impliquer dans l'organisation!

- Longueuil (depuis septembre 2002)

Nathalie Coutu et Denis Sauvé (450) 672-7999

Le groupe comprend trois comités : service d'échanges local, groupe d'achat et groupe de discussion. Bienvenue à tous!

- Montréal (région présentement en restructuration)

Laissez vos coordonnées au *RQSV* et le

comité de la région de Montréal vous contactera lorsque sa programmation sera établie :

(514) 937-3159 ou RQSV@simplicitevolontaire.org

- Québec (depuis l'automne 2001)

Pascal Grenier (418) 660-5579

Un groupe d'achat, un service d'échange local JEU, des sessions d'approfondissement, des conférences et d'autres activités. Un groupe énergique ouvert aux nouveaux venus!

- Saint-Jean-sur-Richelieu (depuis novembre 2002)

Pierre Chénier (450) 348-5651 (soir) ou René Labelle (450) 347-5301 poste 2279 (jour)

Un groupe pour développer une meilleure qualité de vie, pour discuter et partager nos valeurs de simplicité volontaire et pour poser des actions concrètes dans nos vies. Bienvenue à tous!

- Sherbrooke (depuis 2000)

Denise Turcotte (819) 563-8144

Le groupe se réunit le 3e mardi de chaque mois. L'Acef de l'Estrie, qui s'en occupe, est à la recherche de personnes qui

veulent s'impliquer dans l'organisation des activités sur la simplicité volontaire.

- Trois-Rivières (depuis 2000)

Jean-Jacques Gauthier (819) 378-7888

Un système d'échange local est en voie de réalisation. L'Acef de Mauricie, qui s'occupe du groupe, est à la recherche de personnes qui souhaiteraient s'impliquer dans l'organisation des activités sur la simplicité volontaire.

- Victoriaville (depuis juin 2002)

Cécile Laroche (819) 758-7242

Présentement le nombre de participants est de plus ou moins une douzaine de personnes. Le groupe est affilié à l'ACEF des Bois-Francs (Association Coopérative d'Économie Familiale). Les rencontres ont lieu à une fréquence mensuelle et portent sur des thèmes variés. Le thème de la rencontre à venir est déterminé à la fin de la rencontre en cours. Les rencontres ont lieu en divers endroits (s'informer pour connaître les coordonnées). L'animation est assurée par la personne ressource ou un participant volontaire.

DES LIVRES POUR APPROFONDIR

Vente par correspondance au profit du RQSV

(Bien sûr, vous pouvez également demander ces ouvrages à votre bibliothécaire ou à votre libraire local.)

Devenez membre du RQSV et profitez d'une réduction de 15% sur les livres (cf. page 18)



**La voie de la simplicité
pour soi et la planète**
Mark A. Burch (Éditions Écosociété, 237 pages)
23,50 \$ - **20 \$ (prix membre)**

**Désir, nature et société
l'écologie sociale au quotidien**
Chaia Heller (Éditions Écosociété, 266 pages)
25 \$ - **21,25 \$ (prix membre)**



**La simplicité volontaire
plus que jamais**
Serge Mongeau (Éditions Écosociété, 272 pages)
23,50 \$ - **20 \$ (prix membre)**

**Ralentir
travailler moins, vivre mieux**
John D. Drake (Éditions Écosociété, 153 pages)
17 \$ - **14,50 \$ (prix membre)**



Notre empreinte écologique
M. Wackernagel et W. Rees
(Éditions Écosociété, 216 pages)
25 \$ - **21,50 \$ (prix membre)**

Votre vie ou votre argent?
Joe Dominguez et Vicki Robin
(Éditions Logiques, 462 pages)
27 \$ - **23 \$ (prix membre)**



Autres titres des Éditions Écosociété disponibles sur demande.

BON DE COMMANDE (à retourner au RQSV)

Veuillez me faire parvenir les titres suivants :

Titre	Prix
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
Frais d'envoi	5,00 \$
Total	_____
TPS (7%)	_____
Grand Total	_____

Ci-inclus, un chèque (à l'ordre du RQSV) ou mandat poste de ce montant.

Nom : _____
 Adresse : _____
 Ville : _____
 Code postal : _____
 Téléphone : _____
 Courriel : _____

Nouvelle adresse du RQSV :
 1710 Beaudry, local 3.3
 Montréal QC H2L 3E7

DEVENIR MEMBRE DU RQSV

Le Réseau québécois pour la simplicité volontaire (RQSV) réunit des personnes qui veulent vivre et promouvoir la simplicité volontaire comme moyen d'améliorer leur propre vie et de contribuer à édifier une société plus juste et plus durable.

Le RQSV est un organisme sans but lucratif financé par la cotisation annuelle et les contributions volontaires* de ses membres, ainsi que par la vente du bulletin *Simpli-Cité* et de livres. La cotisation annuelle est de 25\$.

En devenant membre, vous :

- soutenez les objectifs du RQSV,
- pouvez participer et voter à l'assemblée générale annuelle,
- recevez le bulletin *Simpli-Cité* (3 fois par an, par la poste ou par courrier électronique),
- profitez d'une réduction de 15% sur les livres vendus par le RQSV,
- bénéficiez d'un prix réduit lors des activités payantes du RQSV.

* Il est possible de soutenir financièrement le RQSV et de recevoir un reçu pour fins d'impôt en faisant un don (distinct de la cotisation) à l'ordre de la Fondation Écho-Logie.

ABONNEMENT À SIMPLI-CITÉ

Date : _____
Nom : _____
Rue : _____
Ville : _____
Code postal : _____
Téléphone : _____
Courriel : _____

- Je veux m'abonner au bulletin *Simpli-Cité* (ci-joint 10\$ à l'ordre du RQSV).
N.B. : la cotisation de 25\$ pour être membre du RQSV vous donne droit gratuitement à *Simpli-Cité*.

À moins d'avis contraire, votre abonnement commencera avec le numéro dont la parution suivra la date de réception de votre chèque.

Veuillez retourner formulaire et chèque au 1710 Beaudry, local 3.3, Montréal QC H2L 3E7

Bulletin Simpli-Cité, été 2003

ADHÉSION AU RQSV

Date : _____
Nom : _____
Rue : _____
Ville : _____
Code postal : _____
Téléphone : _____
Courriel : _____

- Je veux devenir membre du RQSV (ci-joint ma cotisation annuelle de 25\$, à l'ordre du RQSV).
Je veux recevoir le bulletin *Simpli-Cité*
 par la poste OU
 par courrier électronique.

- Je soutiens le RQSV par une contribution volontaire de :
 25\$ 50\$ 100\$ 1000\$
 Autre : _____
Pour recevoir un reçu pour fins d'impôts (don minimum de 25\$), envoyez-nous un chèque à l'ordre de la Fondation Écho-Logie.
N.B. : pour être membre, vous devez régler votre cotisation et votre don séparément.

- J'aimerais que le RQSV donne mes coordonnées au groupe de simplicité volontaire de ma région (s'il y a lieu).

- Je souhaite former un nouveau groupe dans ma région.

- Je suis prêt à m'impliquer dans le Réseau. Voici comment :

Veuillez retourner formulaire et chèque(s) (à l'ordre du RQSV ou d'Écho-Logie) au 1710 Beaudry, local 3.3, Montréal QC H2L 3E7

Bulletin Simpli-Cité, été 2003